高齢者介護ホーム

ともの家 だより

平成26年 春 第47号
発行 社会福祉法人ともの家

介護行為のつど感謝・いたわりの念を伝える

～運営基本方針より～

〒790-0101 松山市溝辺町甲 94
【Tel】089-977-8502 【Fax】 089-907-8504
【E-mail】 tomo-home@triton.ocn.ne.jp 【Home Page】 http://www.tomonoie.jp

一層の質の向上を目指そう

理事長　永和良之助

職員の質の向上を今年度も最大の目標にしたいと思います。介護は誰でもできると思っている人が少なくありませんが、温かい心を土台に多くの深い知識と確かな技術を備えた介護職が育たなければ、老衰期にある人のケアや認知症の人のケアはできる筈がないからです。それゆえ今年度も職員研修に力を入れていきます。主任会議で研修内容を工夫してもらいますが、職員一人ひとりが社会福祉専門職、対人援助専門職として着実に成長することが目標です。

新規事業としては、スリーＡ方式による認知症予防・脳活性リハビリ教室を計画しています。厚生労働省は昨年、認知症とは診断できないが健康（正常）な状態でもない軽度認知症（MCI）が 380 万人、認知症自立度Ⅰで要介護認定を受けていない者が 160 万人、計 540 万人と発表しましたが、認知症ケアの充実とともに認知症予防への取組みが必要です。

「あかるく、あたまを使って、あきらめない」の３つの「Ａ」から成るスリーＡ方式による認知症予防の取組みは、静岡市の増田末知子看護師が 1992（平成４）年に開始していますから 20 年以上の実績があります。当法人でもベテラン職員を中心にインストラクター養成研修を受け、下半期には実施したいと計画しています。

職員の一層の待遇改善も図ります。厚労省の定める介護報酬が低いために介護職は低賃金を余儀なくされていますが、誇りを持って働くためには人並みの賃金が必要です。それゆえ、ともの家はこれまで介護保険収入の９割近くを人件費に割いてきましたが、昨年設置した太陽光発電の収益を原資にして一層の職員処遇の向上を図る所存です。ただし、それは対人援助サービスの一層の質の向上が目的なのですから、職員の進歩成長によるケア労働の質的向上が前提になります。この国の社会福祉をめぐる環境は、今後、厳しくなるのは必至です。そのことを心によくとどめ、歩んでいきたいと思っています。

平成 26 年度　重点目標

小規模多機能第二ともの家

1．「口から食べたい委員会」と「生活活性化委員会」の創設
2．ＯＪＴの実施による職員の資質・能力の向上

小規模多機能ホームともの家

1．利用者の状態把握や観察する目を持ち、報告・連絡・相談を行う。
2．利用者や家族への接遇態度に注意し、安心して利用していただけるよう信頼関係を強めていく。
3．整理整頓を心がけ、居心地の良い環境づくりに努める。
4．身体機能の維持に努めるとともに介護事故ゼロを目指す。

アンジュールともの家

1．入居者一人ひとりの個性を大事にし、安心で楽しく過ごせる日々を提供する。
2．職員は「介護はチームケアである」ことを自覚し、支え合う。
3．ホーム内外の環境整備に努める

ともの家この道

1．一人ひとりに合わせたケアを行う。
2．職員の質を高める
3．ホーム内外の環境整備を行う

溝辺ともの家

1．定期的に環境チェックを行い、安全な環境づくりに努める
2．個別支援におけるＰＤＣＡ（計画・実行・評価・改善）を確実に行い、個別ケアの充実を図る
3．「報告・連絡・相談」を密に行い、統一したケアを目指す

続・介護ひまなし日記③

小規模多機能ホーム第二ともの家　永和里佳子

要介護５の認定を受けた妻が、夫の看取りを行った。そう聞いて信じられるだろうか。第二ともの家で起こった実話である。

政徳さんと君子さんは、近所でも評判のおしどり夫婦だった。家族を助けるために看護師になった、美人で働き者の妻と、人の下で働くにはマイペースすぎて自由業を選ん

だ、酒と狩猟（漁）好きな人望厚く家族思いの優しい夫。夫婦の暮らしは、妻がアルツハイマー型認知症になって徘徊を繰り返すことで崩れてしまった。夫は妻を哀れに思い、「君子の面倒はわしが見る」と周囲に漏らしていたそうだ。が、その夫のほうが体調を崩して寝たきりになってしまった。君子さんは第二ともの家へ来られてからのびのびとお元気になられる一方だったが、政徳さんの状態はどんどんと悪化していった。5月には網膜はく離から光さえ見えない全盲となり、6月には歩行器も使えないほど四肢の筋力が低下し、妄想にうなされて夜は眠れず、家族介護に限界が訪れて8月にグループホーム入居となった。君子さんはグループホームにいる夫の元に毎日通っていたが、最後まで夫婦で暮らすのが道理だと、9月17日に妻のいる第二ともの家へ移られた。

当初の政徳さんは生きる気力をなくしているかのようだった。極度の痩せが認められ、明らかに栄養も水分も不足していた。排泄は浣腸に頼り、食べることをかたくなに拒まれる。悪性貧血の原因を調べるために入院・輸血した結果体が対応できず、一気に瀕死の状態になってしまった。酸素低下を起こし下顎呼吸している政徳さんの傍で、君子さん、息子・娘さんと話し合いを持った。最期のときをどこで迎えるか、という問いに政徳さんは家に帰るとは言わなかった。第二での看取りが決定した瞬間だった。選んでいただいたことへの緊張と感謝を覚え、君子さんの傍にいることが政徳さんの選択なのだと思った。政徳さんのお世話が君子さんのケアプランとなった。夫を看取る、妻にとってこれ以上の「役割」があるだろうか。「お父さん、朝よ。ご飯食べる？」君子さんは政徳さんを起こしに行く。君子さんが政徳さんの車椅子を押して洗面所へ連れて行き、髭剃り、洗顔などの整容を君子さんとともに行う。君子さんと一緒に湯船に浸かり、背中を流してもらったときは「こんなことしてもらったことない」と政徳さんは大いに照れていた。「君子さんがむいてくれたミカンですよ」そういうと口をあけて食べてくださった。夫の食器を洗い、寒いと訴えるときには添い寝してもらった。政徳さん行きつけの食事処、「竹山荘」や、コスモス畑、初詣にも一緒に出かけた。外出するといつも政徳さんは大いに笑っていた。これまでの楽しみや喜びを、君子さんと一緒に思い出されているようだった。

政徳さんのお好きなミカン、あんぱん、ラーメン、あられなどは常時第二ともの家にストックされていた。食べたいときに食べたいものを、というのがケアプランだった。家にいるときのように毎晩、刺身をつけて晩酌された。ターミナルと言われてからの5ヶ月間、政徳さんはとても穏やかに、以前より元気になられた。よく食べ、笑い、照れながらも君子さんと「二人は若い」をデュエットされ、周囲に冷やかされていた。90歳のお誕生日には、満面の笑みでローソクを吹き消し、日本酒で乾杯した。ご家族とと

もに「竹山荘」でのお祝いもされた。この5ヶ月は、政徳さんから私たちへのプレゼントだったと思う。3 月末に容態が変化してちょうど一週間、妻に手を取られて、4 月 4 日の朝、ご家族の見守る中を静かに旅立たれた。君子さんが最後の脈を取った。「あずらんで（苦しまなくて）よかったわい」ぽつり、君子さんが呟いた。なくなる前日に召し上がったのは、娘さんの持ってきたはまちの握りだった。君子さんの歌う「さくら」に見送られ、政徳さんは一足先に家へ帰った。夫を見送るのは、立派な妻の姿だった。

私たちは常に考えさせられる。君子さんを要介護者と呼ぶのは誰なのか。政徳さんの介護は、君子さんにしか出来なかった。私たちはあくまでサブの援助者だった。このような素晴らしい場面に立ち会えたことは、介護をしている（させていただいている）者の幸せに他ならない。政徳さんのように潔く、今年の桜も散った。

道後一泊旅行

アンジュールとものの家　越智英司

2 月 25 日道後ホテル椿館一泊旅行に行きました。ホテルに到着しロビーに入ると顔をキョロキョロさせて「広いね～」や、いろんな種類の土産物を見て「おいしそうだね～」と興味津々なみなさん。しばらくして各部屋で休憩したあとホテルにある温泉へ。少し熱めの湯に肩までつかったSさんは「満点！」と大変喜ばれていました。入浴後はみなさん浴衣に着替えてお待ちかねの夕食です。和食・洋食バイキングでいろんなお料理がずらりと並んでいます。他の宿泊客も多く、とてもにぎやかです。海老が大好きなOさんは海老の天ぷらを「おいしいね～」とパクパク。Sさんは太刀魚の巻き焼きを見て不思議そうに「これはどうやって食べるの？」と言われ、「こうやってかぶりつくんですよ～」と私が食べると、同じようにかぶりつき「少し硬いけど、おいしい」と大好きな日本酒と一緒に召し上がっていました。1番人気はお寿司！みなさん握り寿司・ちらし寿司をおいしく召し上がっていました。同室だったS さんと食後ホテルの 5 階から道後の景色を眺めながら「あそこの建物は何？ずいぶん道後も変わったなあ～」とポツリと言われました。きっと昔の風景と重ねたのでしょう。その横顔がとても印象的でした。その後もお休みになるまで旧制松山中学校時代の思い出を語って下さいました。次の日の朝食バイキングをみなさんおいしく召し上がり椿館を後にしました。今回みなさんと一緒に思い出作りができてとても良かったです。

溝辺食堂

溝辺ともの家　大窪理紗

溝辺ともの家は、法人内のグループホームの中で唯一、金曜日と日曜日の週二回、朝昼夕の食事を自分たちで作らなければなりません。管理者をはじめ、自他ともに認める“料理上手”は、残念ながらいません。しかも、日中は職員が２人のため、料理にかかりきりになれる時間は、ありません。うぅ～どうしよう…ですが、作るならば皆さんに「美味しい！」と喜んでほしい。お年寄りにとって一食一食が、とても重要です。おなかが満たされるだけでは、申し訳ない。外食という手もありますが、毎回という訳にはいきません。『ピンチは、チャンス！』限られた時間と予算と腕で、いかに喜んでもらえるか。実践し皆さんが喜ばれたメニューをご紹介します。

お好み焼き、鍋、味噌ラーメン、サンドウィッチ、うどん定食、ハンバーグ、花見弁当
ナポリタン、チャーハン、焼そば、オムライス、ばら寿司、たこ焼、カレーライス…

きっと自宅では食べておられたであろう、お手軽メニュー。いつもは食の細い方でも、以上のメニューのときはパクパク食べられます。グループホームだから体に良い菜食中心で…お年寄りは和食が好み…など固定概念に囚われ過ぎず、これからも喜びのある食事を提供していけたらと思います。

お別れ欄　～ともに過ごした時間を忘れません～

【この道】　篠浦博子さん　大正 10 年 2 月 13 日生まれ　満 93 歳

H14 年　ともの家デイサービス利用開始　H15 年溝辺ともの家グループホーム入居
H22 年４月ともの家この道へ転居　H26 年３月１日夕刻、息子さんご夫妻、お孫さん、娘さんに手を握られ、声をかけられながら、静かに旅立たれました。

母の思い出　篠浦時男

母は「溝辺ともの家」、「ともの家この道」で 10 年余りお世話になり、３月 １ 日に子供や孫達、そして最後まで優しく介護をしてくださった「この道」の皆様に見守られながら、眠るように 93 歳の生涯を閉じました。長い間、大変お世話になりました。

振り返ってみると、大正・昭和・平成と目まぐるしく変化した時代を生き、人生の大半が激動の昭和時代、戦後の食糧事情が厳しい中での子育て、特に印象に残っているの

は、お節句の３日間、毎日、母の手作りの弁当を持って、お城山へ近所の友達とお花見に行き、楽しく遊んだ子供時代が懐かしく思い出されます。

　私達が独立しそれぞれ家庭を持つと、日々成長する孫の姿を楽しみにしながら、母は菊作り、父は盆栽と、狭い庭での場所取り争いで喧嘩しながら近所の方々と菊の品評会や草花の育て方、庭木の剪定等、好きな土いじりにお喋りの花を咲かせたものでした。

　ところが、平成６年８月、松山大渇水の真っ只中、父に突然先立たれ、喧嘩相手がいなくなったためか、年毎に気力が衰えていき、あれほど好きだった菊作りも次第に縮小して、ついには止めてしまいました。

　そんな時、近所の方から、「溝辺ともの家」を紹介され、デイサービスに通い始めましたが、当初は余り気乗りしないようでした。

　暫くして顔見知りができホームに馴染んでくると、毎日お迎えの車を玄関で楽しみに待つようになり、元気を取り戻し、楽しくデイサービスに通っていました。

　女学校時代は、短距離走の選手だったこと、また 80 歳過ぎても全て自分の歯で虫歯もなく歯医者さんもビックリの自慢の母でしたが、10 年程前に転んだ拍子に大腿骨を骨折し、3 ヶ月間病院でリハビリを続けましたが、リハビリを嫌がり、自力歩行する事を放棄した結果、車椅子生活となりました。

　そんな母を自宅では満足に世話する自信がなく思案している時、「ともの家」のご好意によりホームでお世話になることとなりました。

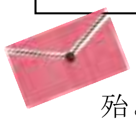
　それからのホームでの車椅子生活 10 年余り、私達家族は、母の介護をホームに任せて甘えてしまいましたが、ホームの皆様から親身になった介護を受け、笑顔で楽しく過ごしている母の姿を見るにつけ、「ともの家」でお世話になって本当に良かった。

　母も満足し喜んでいたことと思います。

　最後までホームの皆様の暖かい看取りと、子供や孫達に見守られながら旅立てた事が何よりの喜びであったことでしょう。

　　　母さん　ありがとう。そしてお疲れ様。

　ホームの皆様心から御礼申し上げます。本当にありがとうございました。



　毎月、御家族へは、手紙を書いているのですが、入居者の方へ手紙を書くことは殆ど無いので、今回は、篠浦博子様へ手紙を書きます　　ともの家この道　花崎秀美

篠浦博子様へ

　篠浦さん、今頃何をしていますか？懐かしい人達と会ったり、残していった愛しい人達の傍に居たりしていますか？篠浦さんにお会いしたのは、今から４年前でしたね。小

雨の中、溝辺から新しく出来た、この道へ来て下さりました。最初は、食事も１日２回食で、顔を下に向けたまま、少しずつ食べていましたね。昼食の無い篠浦さんに、あるスタッフが、お聞きしました。「篠浦さんも食べますか？」に「うん」と答えてから、小さな器から普通の茶碗へ、食事量も当然増え、最終的には、９０歳の人に、これだけの量が食べられるのだろうか？と思えるような量を食べて頂いていました。私達も食べて下さると嬉しくて、ついつい増やしてしまうのです…。中でも、とりわけ良く口を開けて下さったのは、やはり御家族からの数々の差し入れでしたね。（新米、野菜、ジュース、ケーキなど）「御家族から頂いた物です。」と伝えて口に運ぶと、いつもより口を大きく開けて食べておられましたね。行事ごとには、必ずご家族が来てくださり、大勢の時は、賑やかに楽しそうに過ごされていましたね。

篠浦さんは、ご家族からも、とても大切にされ、愛されていたという印象があります。それは、逆に言えば篠浦さん自身が、家族を大切にし愛してきた証拠ですね。時男さんが来られた時には、「おばあさん、これ、目を開けんかな！」と、手や顔、頭を触っておられたのを、何度も見かけました。何故かその時には、目を開けず…帰られてから、時男さんが来られていたこと伝えると、「うん」と頷いておられましたね。照れ臭かったのでしょうか？篠浦さんは、とてもユーモアのある人でしたね。スタッフ間の会話に、時々「ふふふ…」と笑って下さったことも沢山ありましたね。介護の現場では、心地よい言葉だけが必要です。でも、今思うと篠浦さんが笑って下さったのは、つい、ぽろっとでる、私たちの本音の部分だったような気がします。

篠浦さんが、食事も摂れなくなり、静かに過ごされているときに思ったのですが、耳は最後まで聞こえる。敢えて「頑張って、大丈夫？」などの声掛けはせずに、今まで通りの声掛けをしよう。篠浦さんが「ふっ」と笑える声掛けを。と…でも情けないことに出来ませんでした。

最期の日に、沢山のご家族が会いに来て下さりましたね。わいわいと篠浦さんを囲み、今まで通りの賑やかな時間でしたね。やはり篠浦さんの事を、一番理解されているのだなぁ…と感じました。きっと、みんなの声を聞いて安心されたのでしょうね。

これからも、事あるごとに、私たちは、篠浦さんの事を、思い出すと思います。言葉ではなく、大切なことをいっぱい教えて下さりました。感謝の一言です。本当は、今でも何処かに居るんじゃないの？と思ったりしています。この仕事をして、良かったと思えるのは、言葉でも、行動でもなく、存在だけで大切なことを教えてくれる人に出会えた。と思うことです。篠浦さんも、その一人です。今まで本当に有難うございました。心よりご冥福をお祈りします。では、また、会える日まで。

最後になりましたが、ご家族の皆様のご協力に、スタッフ一同感謝の気持ちでいっぱいです。本当にどうも有り難うございました。心よりお礼申し上げます。　　花崎秀美

介護職員からのメッセージ

小規模多機能ホームともの家　曽根 環　（勤務年数 12 年）

私は平成 14 年から、パートとしてともの家で勤務しております。

介護に対して、全くの未経験者がいきなり重度の認知症の方の介護に携わり、何度も「私には無理だ…。」と現場を離れたくなるような場面を多く経験してきました。

まず最初に、私がともの家に来て深く印象に残ったのは、利用者さんにとってはとてもゆったりとした穏やかな温もりのある日常生活が流れているということでした。そして、食事の時は利用者さんもスタッフも同じ陶器の器で食べ、旬の食材を使用し、利用者さんにあった調理の工夫を凝らし、スタッフと利用者さんが同じテーブルを囲んで食事をとるようにしているのも、利用者さんへの強い思いがあっての事だと思います。

これまで、たくさんの感動（楽しかった事、悲しかった事を含め）を味わってきましたが、つい最近では、遠方に住んでおられる利用者さんの娘さんがこちらへ帰省された折に、お母さんの顔を御覧になって「母の顔が優しい穏やかな顔になっている！」「これからも安心してともの家に任せられます。」という言葉をいただき、この仕事をして良かったと喜ばずにはいられませんでした。

それから、それぞれの家族の風景を感じることができ「この利用者さんは、こんなにも家族に大切に思われているんだ。」という親子の絆、夫婦の絆を感じ、家族の支えの大きさを改めて教えていただきました。それと同時に、“私達の役割とは何か？”ということをもう一度気付かされたような気がします。

編集後記

今年も溝辺ともの家の玄関先には、ツバメがやってきました。また一年が巡ったのだなあと、巣作りに励む姿を眺めています。空き家だった古い巣が、日に日に修繕されていく様子に、小さい身体に宿る力強い命を感じて、パワーをもらっています。

今年度も、お年寄りと楽しい日々を過ごせるように精進していきます。大窪（溝）